من السلسلة السعدية رقم (7)

علاج النسيان

جمع السيد / محمد بن علوي العيدروس

إمام مسجد السقاف بتريم

دار العلم والدعوة

تريم - حضرموت

من السلسلة السعدية رقم (7)

علاج النسيان

جمع السيد / محمد بن علوي العيدروس

إمام مسجد السقاف بتريم

الطبعة الثانية

١٤٢٥هـ - ٢٠٠٥م



رقم الإيداع بدار الكتب في اليمن (٦٥١)
بتاريخ : ٥ / ٩ / ٢٠٠٤م

المقاس : ٨ × ١٢
عدد الورق : ١٨

الطبعة الثانية

١٤٢٥هـ - ٢٠٠٥م

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ المقدمة ﴾

كثير من الناس في زماننا يشـــكون مـــن صعوبة الحفظ ونسيان ما كـــان محفوظـــاً لديهم منذ الصغر أو الكبر وذلـــك للقلـــق والتوتر المسيطر على دنيا النـــاس في هـــذا الزمان العجيب الذي حكم فيه الباطل وساد الفساد في البلاد والعباد مما يُحدِث في المسلم عدم الأمان وعدم الاستقرار ، خصوصاً مع حـــرب التجويـــع واصـــطناع المشـــاكل الاقتصادية لشغل المسلم عن عبـــادة ربـــه وهجر كتاب الله ، ولا شك أن لذلك تأثير كبير ولكن قوة الحق فوق الجميع ، وعظمة

علينا موهبة الفكر والذكر وثبات كتاب
الله والعلم النافع في قلوبنا وعقولنا بإذن الله
﴿وَلَمْ أَكُن بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيًّا﴾ [مريم:٤] .

القرآن أنه نور لا يخبأ أبداً وله رجاله وحفظته ﴿ إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ ﴾ [الحجر: ٩].

ومما يؤكد حب الناس للقرآن الكريم سعيهم ليلاً ونهاراً لسماعه وتمنّيهم أن يحفظوه وأن تكون ذريتهم من حفظة كتاب الله.

من أجل ذلك أقدّم لك عزيزي المحب لكتاب الله وحفظه آيات ودعوات جرَّبها العلماء والصالحون وطلاب العلم، فهي تساعد على سرعة الحفظ وتقضي على دائرة النسيان، ولو جزء منها عندنا بما يحفظ

﴿ آيات و دعوات تعالج النسيان وتساعد على الحفظ ﴾

❖ تقرأ كل يوم عشر مرات ﴿ **فَفَهَّمْنَاهَا سُلَيْمَانَ وَكُلاً آتَيْنَا حُكْمًا وَعِلْمًا وَسَخَّرْنَا مَعَ دَاوُودَ الْجِبَالَ يُسَبِّحْنَ والطَّيْرَ وَكُنَّا فَاعِلِينَ** ﴾ [الأنبياء : ٧٩]، ثم تدعو : يا حي يا قيوم يا رب موسى وهارون ورب إبراهيم، ويا رب محمد صلى الله عليه وسلم وعليهم أجمعين ارزقني الفهم وارزقني العلم والحكمة والعقل برحمتك يا أرحم الراحمين .

❖ وعن **ابن مسعود** رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : " من خشيَ أن ينسى القرآن بعد حفظه والعلم بعد

درسه فليقل : اللهم نوّر بالكتاب بصري ، واشرح به صدري ، واستعمل به بـــدني ، وأطلق به لساني ، وقوِّ به جناني (قلبي) ، واشرح به فهمي ، وقوِّ به عزمي بحولـــك وقوّتك فإنه لا حول ولا قوة إلا بـــك يـــا أرحم الراحمين " ، وتمسك بيـــدك الـــيمنى رأسك وتقرأ عقب كل صلاة ﴿ **سَنُقْرِئُكَ فَلاْ تَنْسَى** ﴾ [الأعلى : ٦] سبع مرات .

❖ وعن **ابن سنان** عن المغيرة بن سبيع قال : من قرأ عشر آيات من البقرة عند منامه لم ينس القرآن : أربع آيات من أولها ، وآيـــة الكرسي وآيتان بعـــدها ((أي بعـــد آيـــة

العارفين بحكمتك ، وانشر عليّ رحمتك ، وذكّرني ما نسيت يا ذا الجلال والإكرام .

❖ **وتقرأ هذا الدعاء قبل الدرس** :" اللهم إني أستودعك ما علّمتنيه فاردده إليّ عند حاجتي إليه ، ولا تنسنيه يا رب العالمين ، اللهم أخرجنا من ظلمات الوهم ، وأكرمنا بنور الفهم ، وافتح علينا بمعرفة العلم وحسّن أخلاقنا بالحلم ، وسهل لنا أبواب فضلك ، وانشر علينا من خزائن رحمتك يا أرحم الراحمين . "

❖ ولا تنسَ استفتاح الحفظ بالصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم مع الدعاء والذكر.

الكرسي)) وثلاث من آخرها ((أي من سورة البقرة)) " أخرجه الدارمي .

❖ الإكثار من قراءة فاتحة الكتاب ((سورة الفاتحة)) فهـــي فاتحـــة الخـــير والســـعادة والبركات ، أليست هي فاتحة الله وكلام الله، **ولذا** قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « فاتحة الكتاب شفاء من كل داء » أخرجه الدارمي و البيهقي في الشعب مرسلاً بسند رجاله ثقات عن عبدالملك بن عمير .

❖ ولعدم النسيان وتثبيت حفظ القـــرآن تكرر **هذا الدعاء** : اللهم افتح عليّ فتـــوح

❖ كان القرآن ينـــزل خمساً خمساً ((أي خمس آيات بالغداة وخمساً بالعشي)) ولذا قال الإمام علي كرم الله وجهه : " أُنـــزل القرآن خمساً خمساً إلا ســـورة الأنعـــام ، ومن حفظ خمساً خمساً لم ينسه " . قيل أن سورة الأنعام نزلت دفعة واحدة .

❖ ومما يعين في الحفظ ما يوصي به كـــثير مـــن الصـــالحين وهـــو : قـــراءة آيـــة ﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ وَاخْـتِلاَفِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْـرِ بِمَا يَنفَعُ النَّاس ...﴾ إلى آخر الآية [البقرة : ١٦٤] ، عند إرادة النوم .

❖ومما يساعد على الحفظ أن يكون وقت التحفّظ قبيل النوم ليلاً .

❖ وأهم من ذلك كله : عليــك بتــرك المعاصي في السر والعلن صغيرها وكبيرها ، وقد شكى الإمام الشافعي إلى شيخه وكيع سوء حفظه فقال :

شكوتُ إلى وكيع سوء حفظي
فأرشدني إلى ترك المعاصي
وأعلمــني بأن العــلم نــور
ونور الله لا يؤتى لعاصي

وكتاب الله فوق كل العلوم وفوق كــل الأنوار فعليك بتــرك المعاصــي صــغيرها

صل وسلم وبارك على سيدنا ومولانـــا محمد النور المُذهب للنسيان بنوره في كـــل لمحة ونَفَس عدد ما وسعه علم الله ".

❖ وأيضاً مما يعين علـــى ذلـــك أن تقـــرأ وتتحفظ القرآن وأنت مستقبل القبلة ، بل في جميع جلساتك تحاول أن تكـــون مســـتقبل القبلة لأن استقبال القبلة من أسباب الفتوح .

❖ ومن خواص اسم الله تعالى «المهيمن» ما ذكره السهروردي أن من داوم عليه قـــوي حفظه وذهب نسيانه .

وكذلك اسمه تعالى «القيّوم» كمـــا ذكـــر السهروردي أيضاً : أنه إذا قرأه البليـــد في

وكبيرها ومن أكبر المعاصي الحسد والحقد على الآخرين .

❖ ومما يعين على ثبات القرآن وحفظه التأدب مع القرآن واحترامه وتعظيمه وتعظيم المكان الذي يُقرأ فيه القرآن ، فعليك أن تنصت للقرآن وتستمع وتتدبر الآيات وتتفكر فيها ، وأن تعطي القرآن احترامه مع قراءتك له وعند حفظك له وعند أخذه وعند وضعه ، وعليك أيضاً بحضور القلب مع الخشية عند سماعه أو قراءته .

❖ الإكثار من هذه الصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم **المجربة للنسيان وهي** " اللهم

كل يوم ست عشرة مرة في مكان خال فإن الله يؤمنه من عوارض النسيان ويقوي حفظه وينور قلبه .

وكذلك اسمه تعالى ((المعيد)) يكرر مـــراراً لتذكار المحفوظ إذا نُسي لاسيما إذا أضيف إليه اسمه تعالى ((المبدئ)) .

❖ ومما يقوي الحافظة ويقـــوي الفطنـــة : السـواك .. ويكون ذلك مع المواظبـــة والاستمرار عليه ، فـــقد عُدّ مـــن فوائـــد السواك : أنه يقوي الفطنة ويطلق اللسان... فعليك به مع المواظبة وحسن النية .

وعدم الإفراط في الأكل ((الشبع)) فعليك أن لا تأكل كثيراً وإنما تأكل الذي يسد جوعك لأن الشبع لا يساعد على تقوية الحافظة .. وهناك مقالة تقول : البِطنة تذهب الفطنة . البطنة أي الشبع .

❖ ومما جُرب لحصول الفهم والحفظ أن يقرأ الفاتحة يومياً وقت السحر (٤١) مرة وكذلك يقرأ ((يا مبدئ يا خالق)) يومياً مائة مرة ((منقولة من إجازة ووصية الحبيب : سالم بن عبدالله الشاطري حفظه الله تعالى)) .

❖ ومما نسمع من كثير من الشـــيوخ أن الكتابة على اليد من أسباب النسيان فابتعد عنها .

❖ كذلك نسمع منهم أن إكثـــار قـــراءة الكتابة التي على شواهد القبـــور تزيـــد في النسيان أو أنها تجلب النسيان .

❖ ومما يُضعف الذاكرة ((ممارسة العـــادة السرية)) ولها أضرار كثيرة .

﴿ صلاة حفظ القرآن ودعائها ﴾

عن ابن عباس رضي الله عنهما قـــال : « بينما نحن عند رسول الله صلى الله عليـــه وسلم إذ جاءه علي رضي الله عنه فقـــال : بأبي أنت وأمي يا رسول الله .. تفلّتَ هذا القرآن من صدري فما أجدني أقـــدرعليـــه فقال رسول الله صلىالله عليهوسلم يا أبـــا الحسن أفلا أعلمك كلمات ينفعك الله بهن ، وينفع بهن من علّمته ، ويثبت ما تعلمت في صدرك ؟ قال : أجل يا رسول الله فعلِّمْني ، قال : إذا كان ليلة الجمعة فإن استطعت أن تقوم في ثلث الليل الآخـــر فإنهـــا ســـاعة مشهودة والدعاء فيها مستجاب ، وقد قال

أخي يعقوب لبنيه ﴿ **سَوْفَ أَسْتَغْفِرُلَكُمْ رَبِّيْ** ﴾ يقول حتى تأتي ليلة الجمعة ، فإن لم تستطع فقم في وسطها فإن لم تستطع فقم في أولها ، فصلّ أربع ركعات تقرأ في الركعة الأولى بفاتحة الكتاب وسورة يس ، والركعة الثانية : بفاتحة الكتاب وحم - الدخان - وفي الركعة الثالثة : بفاتحة الكتاب و الم تنزيل - السجدة - وفي الركعة الرابعة : بفاتحة الكتاب وتبارك الملك - فإذا فرغتَ من التشهد فاحمد الله وأحسِن الثناء على الله وصلّ عليّ وأحسِن وعلى سائر النبيين واستغفر للمؤمنين والمؤمنات ولإخوانك الذين سبقوك بالإيمان . **ثم قل في آخر ذلك:**

اللهم ارحمني بترك المعاصي أبداً ما أبقيتني وارحمني أن أتكلف ما لا يعنيني وارزقـــني حسن النظر فيما يرضيك عني . اللهم بديع السموات والأرض يا ذا الجلال والإكـــرام والعزة التي لا ترام أسألك يا الله يا رحمـــن بجلالك ونور وجهك أن تنـــوّر بكتابـــك بصري ، وأن تطلق به لساني ، وأن تفرّج به عن قلبي ، وأن تشرح به صـــدري ، وأن تُعمل به بدني لأنه لا يعينني على الحق غيرك ولا يؤتينيه إلا أنت ولا حول ولا قـــوة إلا بالله العلي العظيم " يا أبا الحسن فافعل ذلك ثلاث جمع أو خمساً أو سبعاً تجاب بإذن الله ، والذي بعثني بالحق ما أخطأ مؤمناً قط " ..

﴿ دعاء لحفظ القرآن ﴾

اللهم أني أسالك يا الله بحق سرك المــودوع في قلب نبيك محمد صلى الله عليه وســلم وبروح سرك الموجــود في روح أوليائــك وبدائع لطفــك في مقــدوراتك ودقــائق إتقانك في مخترعاتك وبعجائــب غرائــب حكمتك في مصنوعاتك أن تجعل صــورتي منسوبة ومتحلية ، مستعدة لاكتساب الصور العلمية المطابقة للصور الوحدانيّة ، واجعلني حاملاً سر القرآن يــا مجيــب ، موصــوفاً بأوصاف سر الفرقان واخترعني بــانطلاق اللسان ، وزيّن باطني بنور التوحيد واخلع

عليّ أنوار تجلياتك . اللهم لا مانع لما أعطيت ولا معطي لما منعت، يا غفار اسألك بقدرتك القديمة وبقوتك القويمة أن ترزقني برد عفوك يوم المحشر وحلاوة مغفرتك يوم ظهور الهمّ والحزن والسرور . اللهم ثبّتني على الإيمان لانكشاف نورك إنك أنت الله النور شافي الصدور يا غفار أسألك يا الله بدقائق لطفك الخفي وإحسانك الوفي أن تجعل نفسي بأنواع العبادة معمورة وروحي بأسرار المعارف منشورة وقلبي بحقائق روائق أسماء صفاتك موصوفاً ، إلهي ثبت قدمي على طاعتك حتى لا أزِلّ على

الصراط يا أرحم الراحمين ، ونوّر قلـــبي
بمعرفتك ، واشغلني بتلاوة القرآن ، وبصّرني
كما بصّرت أوليائك حتى أنـــال خدمـــة
الأقطاب والأولياء ففـــي خدمتـــهم درج
الكمال والرفعة والجمال ، اللهم إني أسألك
سراً من سرك وأمراً من أمرك ونوراً مـــن
نورك ، ونوّلني وأوصلني لرضاك ورضـــاهم
برضاك يا أرحم الراحمين وصلى الله علـــى
سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم .

﴿ فوائد ﴾

❖ فائدة للفتوح : قال الغزّالي رحمه الله : من أسباب سرعة الحفظ : المواظبة على الطاعة ، وترك المعاصي ، واستعمال السّواك ، وترك النوم ، وصلاة الليل ، وقراءة القرآن نظراً ، وشرب العسل ، وأكل الكندر مع السّكّر ، وأكل إحدى وعشرين زبيبة حمراء على الرّيق .

❖ لتقوية الذاكرة : يقرأ هاتان الآيتان :

﴿ وَلَوْ أَنَّمَا فِي الأَرضِ مِن شَجَرَةٍ أَقلاَمٌ وَالبَحرُ يَمُدُّهُ من بَعدِهِ سَبعَةُ أَبْحُرٍ مَّا نَفِدَت كَلِمَاتُ اللهِ إِنَّ اللهَ عَزِيزٌ

حَكِيمٌ * مَّا خَلقُكُمْ وَلاَ بَعْثُكُم إلاَّ كَنَفْسٍ وَاحِدَةٍ إنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ بَصِيرٌ ﴾

[سورة لقمان : ٢٨/٢٧] .

❖فائدة لبليد الذهن : يقرأ له البسملة (٧٨٦) مرّة على قدح ماء ويسقيه على الرّيق على سبعة أيام . أو يكتب له سورة يس بمسك وزعفران ويمحوها بماء الورد ويسقيه إياها سبعة أيام متوالية فإنّه يحفظ كلّ ما يسمعه بإذن الله . وإسم الله الوهّاب إذا كُتب ومُحي بالماء وشربه بليد الذهن سهّل الله له الفهم

والحفظ ويفتح له من خزائن الغيب الوهبيّة .

❖ **فائدة للنّسيان** : من كان يتعلّم وينسى فليقرأ كلّ يوم مائة مرّة هاتين الآيتين وهما : ﴿ **وَتَعِيَهَا أُذُنٌ وَاعِيَةٌ** ﴾ [سورة الحاقة : ١٢] . ، ﴿ **سَنُقْرِئُكَ فَلاَ تَنْسَى** ﴾ [سورة الأعلى:٦] .

عن جابر رضي الله عنه قال : لّما نزل قوله تعالى : ﴿ **وَتَعِيَهَا أُذُنٌ وَاعِيَةٌ** ﴾ قال صلى الله عليه وسلم لعلي : «سألتُ ربّي أن يجعلها أذنك يا عليّ . قال مكحول رضي الله عنه : فكان عليّ

يقول : ما سمعت من رسول الله شيئاً فنسيته وما كان لي أن أنسى » . أخرجه ابن جريج عن علي .

قال الشّاذلي رحمه الله : من كتب هـــذه الأسماء وشربها على الرّيق لا ينسى ، ومن قرأها على ماء وغسل بها وجهه فإنـــه لا يعمى ، ومن كتبها وشربها لا يعجز عـــن النّساء وهم : عثمان بن عفان ، معاذ بن جبل ، عبد الرّحمن بن عوف ، زيد بـــن ثابت ، أبي بن كعب ، طلحة بن عبد الله ، تمـــيم الـــدّاري رضـــي الله عنـــهم .

وقال الشّيخ عبد السلام المراكشي رحمـــه

اللّٰه : إنّ من كتب هذين البيتين في ورقة ومحاها بالماء وشربها على الرّيق خمسة أيام فإنه لا يسمع بعد ذلك شيئاً إلاّ حفظه ولم ينسه أبداً بعون اللّٰه وقوته وهما :

لا تُنْكِرُ الوَحْيَ مِنْ رُؤْيـاهُ إنَّ لَـهُ
قلباً إذا نامَـتِ العَيْنـانِ لَـمْ يَـنَمِ
وذاكَ حـينَ بُلـوغٍ مِـنْ نُبُوَّتـهِ
فليس يُنْكِـرُ فيـهِ حـالُ مُحْـتَلَمِ

قال النّووي رحمه اللّٰه : من كان ينسى ما يتعلّمه فليكثر من قوله : يا مبدئ يا معيد . ومن أراد الابتداء بتأليف العلوم أو ابتداء بأمر فليقل يا مبدئ (٥٦) مـرّة فإنّـه يكون مباركاً بكلّ ما ابتدأ به .

❖ فائدة لحفظ القرآن : قال الشّـــاذلي رضي الله عنه: إنّ قراءة هذه الأبيات قبل البدء بحفظ القرآن سبب لتيســـير الحفظ وثباته في الذهن بإذن الله وهي :

كلامٌ قـــديمٌ لا يُمـــلّ سماعـــه
تنـــزّه عن قـــولٍ وفعـــلٍ ونيـــة
به أشتفي من كل داءٍ وَنـــورهُ
دليلٌ لعَقلي عند جهلي وحـــيرتي
فيا ربِّ متعني بســـر حرُوفِـــه
ونوِّر به عقلي وسمعـــي ومقلـــتي

وقال الشيخ عبد السلام رحمه الله: مـــن كان يقرأ القرآن وهو كبير يتفلّت منـــه فليكتب هذه الأبيات في ورقة بزعفـــران

ويعلقه في عنقه بخيط ويكون الحرز يصل إلى طرف صدره في طرف الخـــيط فـــإن الفاعل لذلك يحفظ كتاب الله في أقل من عام وبالله التوفيق ، والأبيات هي :

آيات حــق مــن الــرحمن محدثــة
قديمــة صــفة الموصــوف بالقِــدم
لم تقتــرن بزمـــان وهـــي تخبرنـــا
عن المعـــاد وعـــن عـــاد وعـــن إرم
دامت لدينا ففاقت كـــل معجـــزةٍ
مـــن النبـــيين إذ جـــاءت ولم تـــدم
محكّمات فمـــا تـــبقين مـــن شُـــبَهٍ
لذي شقاقٍ وما تـــبغين مـــن حَكَـــم
ما حُورِبتْ قط إلا عاد من حَرَب
أعدى الأعادي إليها ملقـــي الســـلم

ردت بلاغتها دعــوى معارضــها
رد الغيور يــد الجــاني عــن الحُــرم
لها معاني كموج البحــر في مــدد
وفوق جــوهره في الحســن والقــيم
فمــا تعــد ولا تحصــى عجائبــها
ولا تُســام علــى الإكثــار بالســأم
قرت بها عين قارئهــا فقلــتُ لــه
لقــد ظفــرت بحبــل الله فاعتصــم
إن تتلها خيفة من حر نــار لظــى
أطفأت حر لظى من وردهــا الشــبم
كأنها الحوض تبيَضّ الوجــوه بــه
من العصاة وقــد جــاؤه كــالحمم
وكالصــراط وكــالميزان معدلــة
فالقسط من غيرها في الناس لم يقــم
لا تعجــبن لحســود راح ينكرهــا
تجاهلاً وهو عــين الحــاذق الفهــم

قد تنكر العين ضوء الشمس من رمد

و ينكر الفم طعم المـاء مـن سـقم

قال الشيخ الكبير : من قرأ الفاتحة بالوضوء سبعة أيام في كل يوم سبعين مرة ونفخ على ماء طاهر وشربه يرزقه الله تعالى بفضله العلم والحكمة وطهّر قلبه من الأفكار الفاسدة وجعله ذكياً لا ينسى أبداً ما سمعه .

وقال بعضهم : إذا أدمن المرء على قراءة أول سورة البقرة (الآيات الأربع) فهي تزيد في الحفظ وتقوي النفس وتثبّتُ العلم في القلب وتعين على معرفة الله .

﴿ أعشاب وأغذية تساعد على الحفظ وتجنب النسيان ﴾

قد ثبت بالتجربة أن هناك أعشاباً وأغذية خاصة تقوّي الذاكرة وتنشطها وتساعد على الحفظ وتعالج النسيان ، سأقدّم لك عزيزي القارئ بعضاً منها :

الزنجبيل - التمر - العسل - الشاي - اللبان الذكر (اللبان البدوي) - الجزر - المخ - اللوز - الجرجير - الخيار - العنب - الزعتر - الزيتون وزيته - الخوخ - التين - الزبيب الأسود .

وقد قال الزهري : عليك بالعسل فإنه جيد للحفظ .

﴿ ومن المركبات التي تقوي الذاكرة وتساعد على الحفظ ﴾

● مشروب النعناع كالشاي وعليه سبع قطرات من زيت حبة البركة - الحبة السوداء - ويُشرب على الريق يومياً ويكون محلّى بعسل نحل أو سكّر نبات (مجرب) .

● مشروب الزنجبيل كالشاي محلّى بسكر نبات يُشرب قبل الدرس بساعة مع مضغ لبان ذكر وبلع عصارته (مجرب) .

● أكل الزبيب في الصباح : وقد كان أحد الشيوخ يأكل كل يوم في الصباح إحدى وعشرين زبيبة نظيفة وكان آية في الحفظ وكان يرشد تلاميذه إلى ذلك .

● وجاء رجل إلى علي بن أبي طالب كرّم الله وجهه فشكا إليه النسيان ، فقال : عليك بألبان البقر فإنه يشجّع القلب ويُذهب النسيان .

● كذلك مما يحسّن الحافظة ما كان يعمله كثير من الناس من استعمال اللبان البدوي ويوصون به وقد كانوا يضعون كمية منه في إناء مع ماء ويتركونه من الليل إلى الصباح ومن ثم يشربونه على الريق .

● ومن الأدوية النافعة جداً : شرب ماء زمزم بنية تقوية الحفظ ، قال النبي صلى الله عليه وسلم « ماء زمزم لما شُرب له » وقد شربه عدد كثير من الصالحين بنيات مختلفة فحقق الله لهم ذلك .